Reportajes

FORMULA 1: EL AMOR Y LA FAMA







Moda

Shorts: La Frescura del Verano en la Piel

crónica de la MUJER

Buenos Aires, 15 de enero de 1980. Este suplemento, dedicado a la mujer, el hogar y el niño, corresponde a la edición Nº 5.475 de CRONICA y no puede se vendido en forma separada. CRONICA DE LA MUJER aparece todos los martes.





Belleza

Depilación sin Dolor, Método Exclusivo



Actualidad

CURA PARA CARDIACOS



LA MUJER EN EL MUNDO

Una joven escritora norteamericana, Judith Krantz, se ha convertido con su segunda novela en la autora mejor pagada del mundo. Despues de haber leido un breve resumen del libro, un editor pagó mas de tres millones de dolares por los derechos para la edición de bolsillo.

La primera novela de Judith Krantz, "Escrupulos", ya ha vendido cuatro millones de ejemplares y se preve que la nueva novela, "Princesa Daisy", de la que nadie conoce todavia la trama (excepto los editores) vendera muchos mas. La cifra pagada por esta ultima es realmente excepcional si se considera que ha batido los records establecidos por los mas solidos autores de best- sellers, como Mario Puzo, Frederick Forsyth y el incansable Harold Robbins, que es el autor mas vendido en los Estados Unidos.

Un buen entrenamiento para la escritora fueron los años en que trabajo como corresponsal en California de la revista mensual femenina "Cosmopolitan", para la que escribia articulos tipo "Como vencer la tristeza de la monogamia, eliminando el aburrimiento del lecho matrimonial", "La dieta mas veloz: como perder siete kilos en diez dias, comiendo de todo", o "Cuando tu marido se enamora de otra persona y esa persona es un hombre".

A pesar de que la trama de "Princesa Daisy" se mantiene en riguroso secreto, se sabe que contiene todos los elementos de la novela popular que se vende mucho y que su hilo conductor es la historia de una familia de nobles rusos que durante 30 anos anda por Europa mientras las dos últimas herederas, bellisimas y arrogantes, se establecen en Estados Unidos.



Christina Onassis, la multimillonaria heredera de una de las mayores fortunas del mundo, casada —pero en visperas de un nuevo divorcio— con el funcionario soviético Sergei Kausov, ha merecido el inédito honor de aparecer en la primera "crónica social" del austero "Diario del Pueblo", órgano oficial del Comité Central del Partido Comunista Chino.

En un comentario sin precedente, la publicación comenta el idilio entre la heredera del imperio Onassis y el oscuro empleado soviético, para señalar que el presunto idilio, que conduce al matrimonio, fue instigado por la KGB (central de espionaje rusa) para apoderarse de la flota pesquera de la Onassis, que es de mayor tamaño que la soviética. Lo cierto es que, para Christina, este tercer matrimonio también ha sido una experiencia desdichada.

¿Para qué seguir bregando si los hombres enarbolaron la bandera blanca de rendición? Ya no quieren "más lola" diría algún distraído porteño, también resignado a lo que sus pares de sexo vienen "soportando" en Estados Unidos.

Un mundo cuyos dueños exclusivos fueron hasta el momento los "masculinos" ha sido el del cine. Al menos en el campo de la producción y en el medio ejecutivo desde que Hollywood es Hollywood. Ellos creaban estrellas, fabricaban fábulas, proyectaban a la historia del séptimo arte cuanta idea se les pasaba por la cabeza.

Pero hete aquí que no esperaban —ni temían, por cierto— el advenimiento de las feministas, personajes que por algunos años solo se les dio la importancia de lo pintoresco. Suele suceder, sin embargo, que lo pintoresco tiene algo más que un toque de realidad.

Ha resultado así que los patriarcas de la meca del cine, aquellos que hicieron mítico Beverly Hills, deben sucumbir ante la influencia decisiva de una bellísima mujer que no pretende —para nada— ser catapultada como "star".

Sherry Lansing es su nombre. Tiene 35 años y es, ante todo, una ejecutiva. Desde hace pocos días dirige los destinos cinematográficos de la 20th Century Fox, empresa que no precisa de ninguna explicación (¿quién no conoce su espectacular presentación en cada película, con esa musiquita emocionante?) y que ha depositado en Sherry toda su confianza.

Ella ha advertido que trae bajo el brazo —el derecho— cientos de proyectos novedosos.

De acuerdo con recientes estadísticas que se han efectuado en Alemania, el ingreso de las mujeres a la enseñanza superior, tras haber aprobado el ciclo de enseñanza media, ha descendido en 1977 del 73 al 66%, en tanto en el caso de los varones la relación es del 76 al 72%.

La más sensible reacción femenina frente a la situación planteada por el mercado laboral se explica con las menores perspectivas profesionales para los maestros. Por este motivo, han de encontrarse otros campos de actividades para estas mujeres jóvenes que desisten de continuar sus estudios de nivel terciario.

Los estudiosos, por su parte, se limitaron a sugerir a las autoridades que se proponga, capacitar a un número cada vez mayor de mujeres, sobre todo teniendo en cuenta que la participación de las mismas en la administración pública pasó en 1978 del 17 al 28% y, además, que se modificara el sistema de escalafones, considerando en mayor medida la capacidad y no solo la antigüedad.

Sin duda, la mujer cada vez esta cobrando mayor importancia en el mundo de nuestros días, tanto en el terreno politico como en el cultural. En el primer caso, basta citar a la presidente de Bolivia, a las dos mujeres ministros de Costa Rica y a la jefe de economistas de la General Motors. También en el ejército norteamericano hay mujeres y muchas de ellas han llegado ya al grado de generales.

En el otro caso, es decir en el cultural, hoy el feminismo se declara presente en la Semana Internacional del Cine de Autor de Benalmadena con la proyección de dos películas dirigidas por mujeres: Elizabeth Gujer y Lorraine Day.



La notable actriz sueca Bibi Anderson —una de las mejores del mundo y la predilecta del realizador Ingmar Bergman— se dedicó, durante muchos años, a la nada infrecuente tarea —entre las artistas— de redactar sus memorias con la intención de publicarlas algún día.

Cuando prácticamente ya había concluido la redacción de la obra extravió el manuscrito, en un vuelo de Bruselas a Estocolmo. Este olvido —tan impropio en alguien dispuesto a publicar sus memorias— le ha producido una conmovedora tristeza: "Me siento como si hubiera perdido parte de mi vida", dijo. No es para menos.

Según opinión de expertos, la visión que de la mujer se da en los libros de texto alemanes es completamente unilateral, razón por la cual resultaría de gran interés revisar la cuestión.

La mujer, siempre según los estudiosos, estaría infrarrepresentada, independientemente de que casi todas las veces los autores de los textos son hombres. En el mejor de los casos, se presenta a la mujer en actitudes pasivas y limitadas a su trabajo en el hogar. Difícilmente se hace mención de que el 40% de la gente que trabaja pertenece al llamado "sexo débil" y mucho menos que la retribución recibida por éste es inferior a la de los hombres, aunque la responsabilidad sea la misma.

Para Jane Fonda, 1979 resultó un año muy exitoso en su carrera artística y un tanto decepcionante en el terreno de sus aspiraciones políticas.

La estrella cosechó numerosos lauros, recibió ofertas muy tentadoras y firmó contrato para seis producciones fílmicas en los próximos dos años. En cambio, el Senado de California rechazó su nominación para ocupar un importante cargo en la esfera del gobierno de ese estado. Jane Fonda, lejos de amilanarse, optó por lo que le pareció más práctico: aprovechar el auge de su buena estrella cinematográfica y alejarse —al menos por un tiempo, según anunció— del áspero y siempre ingrato camino de la política.



COMO DEPILARSE SIN DOLOR



Un novedoso método de depilación —la pinza electrónica que emite ondas cortas— recientemente introducido en el país, permite la extirpación del vello de cualquier parte del cuerpo. El procedimiento es totalmente indoloro y no provoca molestias o irritaciones en la piel. Un importante avance en la estética de la mujer actual.

Sí, es un pequeño y gran problema. Mientras el hombre incursiona en el espacio con un derroche técnico que no termina de asombrar, la belleza femenina aún pelea a brazo partido por uno de los problemas que más le afectan: la existencia del vello.

Se dirá, con justa razón, que existen sociedades poco proclives a darle importancia a la aparición de "pelos" en zonas como piernas o axilas.

Ocurre, sin embargo, que las exigencias modernas determinan que la mujer debe cuidar la estética hasta en sus mínimos detalles.

Los tratamientos de depilación suelen ser bastante dolorosos, pero esa condición no impide a la mujer recurrir a ellos de manera asidua.

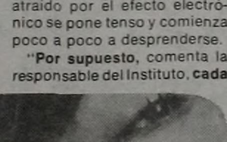
¿Pero existe otro método que salve del leve sufrimiento depilatorio?

Pues sí. En el **Instituto Epileur** (Pacheco de Melo 2563 - PB "C") se practica un sistema europeo con características especiales, a tal punto que la "paciente" acostada en la camilla y envuelta en una suave melodía, puede dormir varios y descansados minutos mientras *su vello desaparece.*

Es cierto: no se va por arte de magia, sino por la acción beneficiosa de un aparatito electrónico de onda corta que a través de una pinza va tomando vello por vello.

Por dicha pinza pasa la onda para destruir el bulbo del pelo.

¿Y qué sucede? *Lo curioso* del caso es que el vello no se arranca —lo cual provocaría el clásico dolorcito—, sino que atraído por el efecto electrónico se pone tenso y comienza poco a poco a desprenderse.



"**Por supuesto,** comenta la responsable del Instituto, **cada pelo tiene su tiempo para *salir.***

El sistema es nuevo en la Argentina. Hasta ahora se usaba una depilación con agujas que penetran a través de la piel para tomar el bulbo piloso, pero eso es sumamente doloroso y deja marcas.

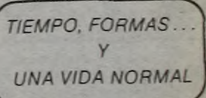
Este método —que no toca la piel— es indoloro y no deja irritaciones ni marcas de ninguna naturaleza.

Si bien esta depilación —explica— no lo saca en un día, a la larga se hace definitiva la desaparición. A medida que se la practica, el vello se va espaciando y muriendo.

Nuestra recomendación previa a todas las personas que vienen a tratarse es que primero hagan una consulta médica. Puede haber un problema hereditario, ovárico u hormonal.

***Es conveniente entonces* que se visite al especialista, endocrinólogo o ginecólogo, según el caso. Es decir, hacer un tratamiento combinado.**

Un punto fundamental de este método es que se puede depilar cualquier parte del cuerpo (piernas, alrededor de la boca, axilas, abdomen, pecho). No es recomendable en las cejas porque puede haber dificultades con el cristalino del ojo".



TIEMPO, FORMAS... Y UNA VIDA NORMAL

"El tiempo de trabajo, aclara la responsable de Epi*leur,* **varía de acuerdo con el estado de cada mujer, la cantidad de vello que tenga y el tipo de problema con la que está afectada.**

Es fundamental que sepa la situación en la que habrá de introducirse: nadie viene a sufrir, la relajación es total.

En general, llegan contentas a cada sesión. Y cuando se está tranquila el vello sale rápidamente.

Se trabaja de la misma manera en todas las partes del cuerpo.

Como primera medida se desinfecta la piel y se trabaja vello por vello. Finalmente se aplica una crema descongestiva —no porque exista irritación— sino para que la piel no tenga ningún tipo de agresión. Solo queda una piel rosadita...

Otro punto para tener en *cuenta: con depilación* electrica no se puede tomar sol de inmediato. Con este sistema sí: vida normal, sol, maquillaje, no hay impedimentos.

En manos de un profesional, se trata de algo totalmente inofensivo. En manos de alguien que no conozca a fondo el manejo del *aparato,* puede dejar huellas.

Además, sirve para cualquier edad. Como síntesis puede decirse, reitero, que es indoloro y definitivo con el tiempo.

Creo que es un sistema realmente bueno y moderno. Solo se requiere un poco de paciencia... Y paciencia donde está ausente el sufrimiento".



Los Placeres de la Mesa Para Toda la Familia

Los primeros días del año son propicios para los encuentros familiares o las reuniones informales de amigos. Para agasajarlos como merecen, los "cups" resultan ideales. Estas bebidas, a base de champaña, sidra o vino, se sirven muy frías en grandes vasos de cristal o en poncheras, con cucharón.

Pelusa Molina



"CUP" 1980

INGREDIENTES (para 10 ó 12 personas)
1 botella de vino blanco seco; 2 botellas de vino espumante; 2 botellas chicas de soda; 1 vaso de marraschino; 2 cucharadas de azúcar; 10 duraznos pelados y descarozados (frescos); hielo abundante.

PREPARACION
Verter en el recipiente adecuado el vino blanco, la soda, el marraschino, los duraznos cortados en trocitos y dejar enfriar bien en la heladera. Tener en el congelador durante unas horas las botellas de espumante. En el momento de servir añadir el espumante y el hielo, mezclando bien. Servir utilizando el cucharón en vasos o copas apropiadas.

"CUP" ESTIVAL

INGREDIENTES (para 10 ó 12 personas)
1 botella de sidra; 2 botellas de vino blanco seco; 2 botellas de soda chicas; 1 vaso de marraschino; corteza de 1 limón cortado en tiritas sin la parte blanca; zumo de 1 limón; 4 cucharadas de azúcar; fruta fresca de la estación (entera si es pequeña, como frutillas, cerezas, etcétera o si no cortada en trocitos pequeños); un trozo grande de hielo.

PREPARACION
Verter en un tazón grande el vino, el azúcar, la soda, el marraschino, las tiritas de limón, el jugo de éste y la fruta. Dejar enfriar en la heladera. Colocar la botella de sidra en el congelador y en el momento de servir agregarla a la mezcla anterior. Servir como se indica anteriormente.

CARIBE "CUP"

INGREDIENTES (para 10 ó 12 personas)
2 botellas de champaña brut; 1 botella de vino blanco seco; 1 vaso de coñac; el zumo de dos naranjas; 1 ananá; 4 cucharadas de azúcar; un trozo grande de hielo.

PREPARACION
Verter en un tazón grande el azúcar, el zumo de las naranjas, el ananá pelado y cortado en trocitos y el coñac; dejar macerar en la heladera durante una hora. En el momento de servir añadir el champaña y el vino helados, mezclando bien, y agregar el hielo. Servir en copas o vasos medianos.

LAKE "CUP"

INGREDIENTES (para 10 ó 12 personas)
3 botellas de vino espumante seco; 2 botellas chicas de soda; 1 vaso de jerez; zumo de ½ limón; 6 cucharadas de azúcar; ½ kg. de frutillas; 1 trozo grande de hielo.

PREPARACION
Verter en un tazón grande una botella de vino espumante, la soda, el jeréz; el zumo de limón y las frutillas con el azúcar. Dejar enfriar en la heladera durante una hora. Tener al frío las otras dos botellas de espumante. En el momento de servir agregarlas a la preparación junto con el hielo. Mezclar bien y servir como se indicó en las recetas anteriores.



HOY COCINAN LOS MARIDOS



ENSALADA DE ARROZ "PALETA DE PINTOR"

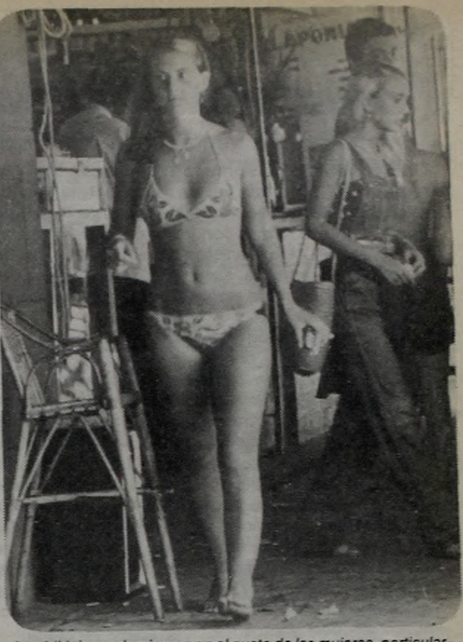
INGREDIENTES (Para 8 personas)
400 gr. de arroz (hervido a punto) y frío; ½ taza de salsa mayonesa al limón; 50 gr. de aceitunas verdes picadas; 50 gr. de aceitunas negras picadas; 50 gr. de pickles picados; 2 zanahorias crudas ralladas; 1 remolacha hervida rallada; unas hojas de lechuga en juliana muy fina; aceite, sal, pimienta; 2 cucharadas de vinagre de manzanas.

PREPARACION
Mezclar el arroz con la mayonesa, las aceitunas verdes y negras, los pickles y la zanahoria rallada. Condimentar con aceite, sal, pimienta y vinagre.
Colocar la ensalada en una fuente rectangular dándole forma plana con la ayuda de una espátula.
Con el filo de un cuchillo formar porciones en forma oblicua e ir colocando en forma alternada zanahoria rallada, lechuga en juliana y remolacha, formando bandas de colores, alternadamente, sobre toda la superficie. Si se desea adornar, con flores de cebolla y zanahoria, rodajas de huevo duro, de tomate, pepino, etcétera, a gusto.
Mantener en la heladera hasta el momento de servir.

VERANO EN LA CIUDAD FELIZ
Las Playas, la Gente, los Lugares, el Ruido. Una Babel de Arena y Mar en Plena Ebullición

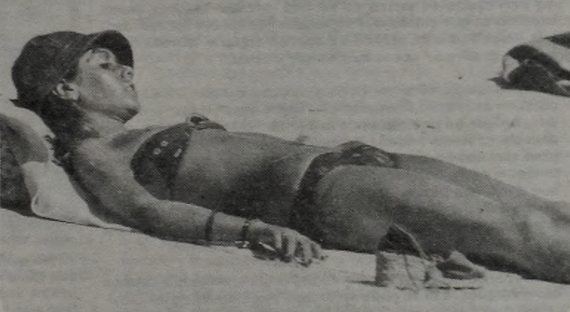


Como todos los años, millares de turistas se volcaron a las playas de Mar del Plata en busca de un sitio bajo el sol. Amontonamientos, incomodidades y algunas otras falencias, no lograron —como siempre sucede— desanimar a las inquietas multitudes.

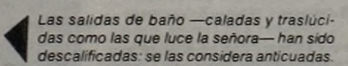


Las bikinis predominaron en el gusto de las mujeres, particularmente de las más jóvenes. Las tangas, en cambio, gozan de relativa aceptación: se las considera poco elegantes.





¿Con pulseras, aros y anillos a la playa? Parece una paquetería innecesaria y habitualmente fuera de uso. Además, se corre el peligro de perderlos al impulso de una ola o bajo la arena.



Las salidas de baño —caladas y traslucidas como las que luce la señora— han sido descalificadas: se las considera anticuadas.

Las comodísimas carpas del lugar más snob de Mar del Plata: Playa Grande. Bellezas de todos los calibres, buen gusto, dinero en abundancia, discreción. Todo el mundo se conoce. Y bien . . .





El ruido nocturno se concentra en Constitución. Los boliches de onda son "Aloha", "Sunset" y "Sobremonte". El gasto: de 20.000 a 30.000 pesos promedio el primer trago. Predominan los jóvenes.



Los barcitos de la Bristol. Una cita impostergable y un paseo imposible de suspender. El lugar donde se concentran los enviados de todos los medios. Y donde se saben todos los chimentos . . .



El mate, la más tradicional infusión nativa, también tiene su cita en la playa. Sobre todo, por razones de economía . . .



El surf es una de las mayores atracciones, tanto para los que lo practican como para los que miran. Tras cabalgar sobre las olas, el inevitable chapuzón.

El Amor a 300 Kilómetros por Hora

Las mujeres de la Fórmula 1. Llámense Mimicha Reutemann, Marlene Lauda, María Helena Fittipaldi, Pamela Scheckter o Aurorina de Rebaque. Algunas fueron. Otras son. Se sabe que están, se las fotografía, algunos jefes de equipos hasta las "miman" tiernamente, sabiendo que ellas pueden influir decididamente sobre el estado anímico de los corredores.

Pocas veces se logra ahondar en la intimidad de esas mujeres que, como las de Tom Pryce, de Ronnie Peterson, de Carlos Pace, pasaron de la gloria y el "ruido" a la pena más profunda y el dolor sin regreso. Casi todas ellas se casaron a muy poco tiempo de conocer a sus maridos. Ellos ya corrían carreras de automóviles. No había opción posible. El automovilismo está primero. Después ellas. Y ocupan su lugar. ¿Lo que piensan? Poco importa. Por eso es que aquí, pretendemos asomarnos a esas individualidades: las mujeres que aman a 300 kilómetros por hora. Y sus respuestas, se lo aseguramos, son bastante más sensatas que esa locura moderna con mucho de alienación colectiva. Pruebe y verá.

Viven a 300 kilómetros por hora. Son parte indisoluble del show, del espectáculo, del circo, del vértigo, de la exhibición, del peligro, de la vida y la muerte de la Fó. nula 1. Como sus maridos, son un pequeño grupo privilegiado. Están a la vera de los héroes, que para ellas son solo seres humanos, los seres humanos más queridos, solo que les quitan el halo que las multitudes suelen ver coronando a los campeones. Pocas veces se conocen sus voces, sus miedos, sus gustos o sus ideas. Viven detrás del campeón –real o en potencia– que hay en cada corredor de Fórmula 1. Seguramente, se las observa tanto o más que a sus maridos, pero ellas deben permanecer indiferentes. Aunque no son las protagonistas de la historia automovilística, son el soporte espiritual de los pilotos y la complementación para que la fiesta sea completa.

"Mimicha" Bobbio de Reutemann

Extrovertida, de Firme Carácter y Notable Independencia de Criterio

"Me Gustaría Contarle a la Gente el Mundo que Viví con Carlos"



Me gustaría escribir. Aunque todavía no tengo un estilo, lo voy a adquirir. Me gustaría contarle a toda la gente el mundo que viví con Carlos. He vivido mucho y me han pasado muchas cosas que merecen ser contadas. Por ejemplo, cómo cambió de a poco nuestra vida. Cuando fuimos a Europa, por primera vez, éramos muy pobres y teníamos que juntar las monedas. Después comíamos con Mina o con Adriano Celentano, como si nada. Me gustaría contarlo para que la gente se dé cuenta de que en todo el mundo el ser humano es igual. Quizás lo pueda volcar todo en un libro.

La que habla es María Noemí Bobbio ("Mimicha"), 34 años, santafecina, la esposa (hoy separada) de Carlos Alberto Reutemann. Su presencia está junto a la trayectoria del "Lole" en las pistas del mundo. Tiempo atrás, en Monza, resultó elegida por los periodistas dedicados al automovilismo como "**la mejor mujer de la Fórmula 1**". Entonces dijo: "**Me gustó porque me sentía orgullosa de representar a Carlos Alberto; pero también me molesta porque no soy un personaje por mí misma, sino por otra persona**".

Cuando su marido se desvinculó del superpoderoso Enzo Ferrari, toda la prensa italiana señaló que el "hombre fuerte de Maranello" (la pista de pruebas de la escudería Ferrari) había sido vencido por una mujer. Ella, simplemente, afirma su verdad: "**Cuando se trata de una injusticia me pongo como una fiera; soy de las que van a pelear de frente y digo lo que siento. A mí no me maneja nadie.**".

Actitudes tales le valieron la persecución de los periodistas europeos, al punto que los franceses la bautizaron "**la orgullosa argentina de sangre hirviente**". Por lo que no extraña obtener desplantes ya que -afirma- "**cuando atacan a alguno de los míos me enceguezco y los defiendo a muerte, creo que lo que pasa es que soy exageradamente celosa**".

Los celos, tal vez, que la llevaron a distanciarse de su marido, que pasó las fiestas en Santa Fe, aparentemente con su padre y sus dos hijas, pero sin que hubiera rastros de Mimicha.

"**Me molesta la gente que reconoce en mí los méritos de mi marido**" expresa ella. Y agrega: "**También me molesta cuando los periodistas se meten en mi vida privada. Muchas veces escribieron que estábamos separados** (hasta que fue realidad) **y la verdad es que cuando no pueden superar la valla de la intimidad, afirman cosas que no son ciertas...**".

Sin embargo, Mimicha Bobbio, reconoce haber "metido la pata" en ocasiones insuperables. "**Como aquella vez —recuerda— en que en una comida con Bernie Ecclestone, al que no conocía, pretendí hacerle entender que el vino tenía duendecitos que nos hacen reír o llorar y como no podía hacerlo entender le dije a Ecclestone que era un enano. Me di cuenta de que decía una barbaridad porque todo el mundo sabe la baja estatura de Bernie y aunque Lole no sabe inglés también se dio cuenta del papelón, no obstante lo cual yo me tenté y me puse a reír como loca . . .**".

Una mujer, Mimicha, que confiesa paladinamente que "**nunca tiene vergüenza ni se pone colorada**" y que detesta a los movimientos feministas. "**La mujer,** afirma, **tiene que luchar con el hombre y no contra él. Ser mujer es una condición espléndida y no aprovecharlo me parece una estupidez. Amo mi libertad y poder decidir sobre mis cosas, siempre desde mi perspectiva femenina . . .**".

¿El dinero? "**Por el riesgo que se corre, la de automovilista es la profesión peor paga**".

¿Yo? "**Se supone que debo ser siempre una muñequita sonriente. La gente siempre está tratando de descubrir a cada piloto a través de su mujer**".

¿Las niñas (Cora Inés, 10 años y Mariana, 6)? "**Quisiera tener más tiempo para ellas, pero nunca fui exageradamente madre. Les he dado de comer, las he bañado y las he atendido cuando lo han necesitado, pero ya se arreglan solas y me parece bien que se críen con la independencia suficiente como para bastarse a sí mismas**".

Mimicha, la mujer que compra su ropa un poco en cada lado: "**En Francia prefiero un local que se llama La Fuente, en la Costa Azul. Los zapatos, en la Argentina: son los mejores del mundo. El perfume, en Francia, pero no digo marca ni lugar porque detesto olérselo a otra mujer . . .**".

Así es Mimicha Bobbio, para muchos una incógnita por su futuro, en el que ya no parece caber aquel sueño que ella reiteró muchas veces "**Tener un hijo varón . . .**" y que, como antes, como siempre, sigue teniendo un miedo particular: "**Faltarle a mis hijas...**".

Una mujer de hoy, capaz de ufanarse de su capacidad de adaptación: "**Me adapto a cualquier lugar y a cualquier tipo de gente. No sé cuál me gusta más. Siempre encontré cosas lindas en todos lados. No soy exigente y tengo amigos de todas las clases sociales**".

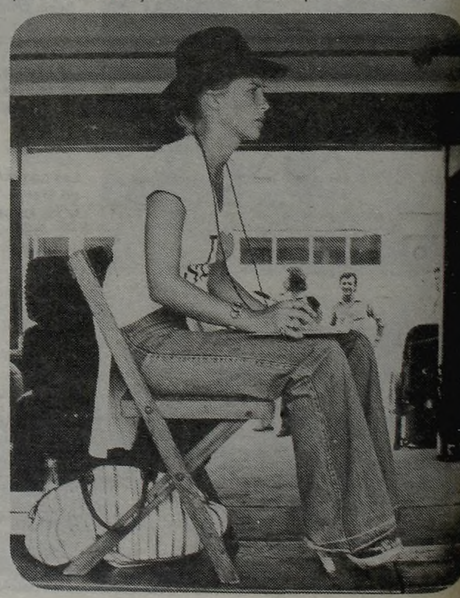
¿Aún sin el Lole...?

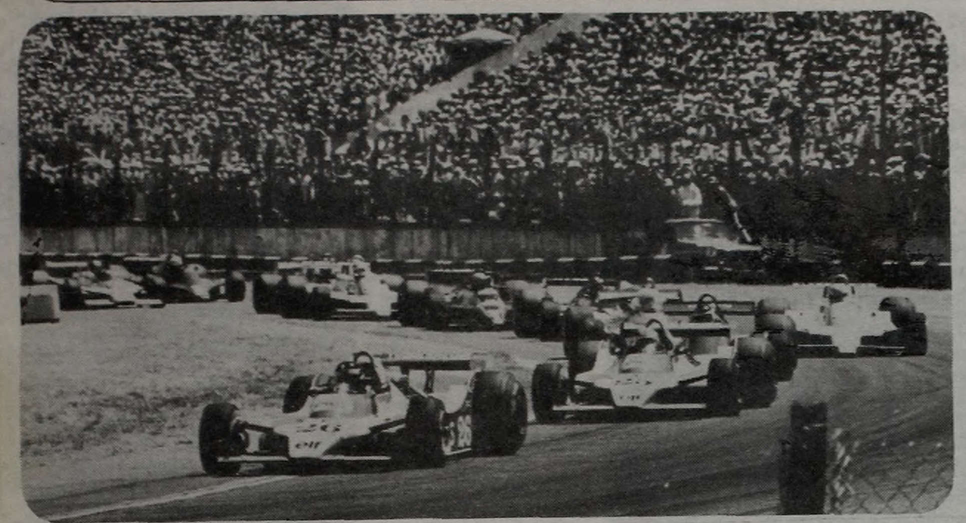
María Helena de Fittipaldi

"Cada Carrera es Como Morir un Poco"



"No me puedo quejar de la vida si un ser humano entiende que tiene mucho cuando tiene esposo e hijos, un techo, bienestar económico y resonancia popular. Pero, detrás de esa fachada, la cosa es bien diferente". Con un dejo amargo en la voz y el gesto, la hermosa María Helena Fittipaldi, desgrana aspectos de su vida junto al dos veces campeón del mundo, Emer-





son, el "eterno" brasileño incorporado ya a la galería de los grandes del automovilismo de las últimas décadas.

Ella también es una de las mujeres de los "bólidos de acero". Ella también es parte del espectáculo, casi folklórico, pero del mundo y no de un país, que es el espectáculo de la Fórmula 1. Donde esté Emerson estará María Helena. La que es capaz de reflexionar, luego del vértigo, de esta manera:

—Tengo un esposo, es cierto. Pero lo conocí cuando estaba entregado a la pasión de la velocidad y no creo que estaría bien que lo hubiera puesto entre la espada y la pared, obligándolo a elegir entre lo que fue su profesión, su vida, y mi miedo. Nos casamos muy rápidamente y la prueba fue que no nos equivocamos, vivimos muy enamorados.

También es hermosa esta brasileña que acompaña a todos lados a su marido. Y dejarla recordar, sin duda que le hace bien: **"¡Cuánto sufrimos para poder concebir a nuestra primera niña! La frustración de mi maternidad nunca me amedrentó. Ni a mí, *ni a Emerson, ni a nuestras familias.* Hice el tratamiento que me aconsejaron los especialistas en esterilidad y al fin, un día, llegó la primera. Después, todo mejor preparado, vendría la segunda. Sin embargo, con el correr del tiempo se han agigantado los interrogantes: ¿Qué vida les vamos a dar a nuestras niñas? ¿Dónde tendrán un suelo definitivo? ¿Qué será de nosotros y de nuestra felicidad, permanentemente en juego?".**

Es la ley del vértigo. El precio del circo ruidoso y rimbombante de la Fórmula 1. **Ha comenzado la temporada e iremos de un país a otro, hasta octubre o noviembre. Mi foto volverá a salir en revistas, algún periodista tendrá la gentileza de entrevistarme. Volveré a repetir que confío en mi esposo. Que sé que es muy seguro. Que estoy tranquila viéndolo pasar una y otra vez frente al palco central, mientras una multitud que se renueva permanentemente en cada lugar del mundo, vibra con ese espectá*culo que tiene un poco de la fiesta taurina española . . . mientras* volamos muy alto, yo le digo que tengo miedo. Sencillamente, miedo".**

Los ojos se le llenan de una molesta secreción que sabe a salmuera. Aprieta los dientes y cierra los puños: **"Para las páginas más elegantes de las revistas que cruzan por el mundo entero soy una mujer dichosa, envidiada, a la que no le falta nada. Que lo tiene todo. Yo solo sé que muero cada quince días o cada mes, cada vez que Emerson tiene que volver a correr. Es la ley del juego, pero es así . . .".**

Marlene Knaus de Lauda

"Ser la Mujer de un Corredor no es un Drama, Pero Hay que ser Valiente"



"Quiero expresarle a las mujeres de todo el mundo que ser esposa de un corredor no representa un drama. Eso sí, les aseguro que hay que ser valiente . . ."

Y lo señala nada menos que Marlene Knaus, la joven austríaca que gozó —y sufrió— como nadie con los éxitos y fracasos de su marido: el gran Andréas Nickolaus (Niki) Lauda.

"Tener un marido corredor no significa —según Marlene— el extremo de vivir desesperada o el hecho de estar muy tranquila tampoco. Yo creo que es una cuestión de adaptación, un trabajo como otros. Claro que con un riesgo superior por la integridad física del compañero de una . . ."

Hermosa, con algo de felina, de grandes ojos negros, la actriz incipiente y modelo experimentada, recuerda cómo conoció a Niki. **"Mi trabajo de actriz y modelo me llevaba casi todo mi tiempo y las pocas *salidas que hacía eran cuando me invitaban* a alguna fiesta del ambiente. Así, una noche el famoso Curd Jürgens se me acercó para presentarse a un hombrecillo delgado, amable, con una manos con dedos tan finitos como los de un pianista . . . Era Niki Lauda".**

Como no podía ser de otra forma, **"todo se hizo a gran velocidad, cosa digna de un buen corredor"**, sonríe Marlene. **"Me animé y fui a verlo correr, era la primera vez que pisaba un *autódromo* y la verdad es que me la pasé entre sorprendida y asustada. Rezando porque a Niki y a los demás no les pasara nada. Al mes nos casamos".**

Es para prestarle atención cuando uno sabe, y las lectoras de CRONICA de la Mujer lo deben recordar, que esta Marlene es la que vivió el tremendo accidente de Niki en Nürburgring: **"Soy por naturaleza *tímida, pero las horribles quemaduras que mi marido* tenía en todo el cuerpo y la incertidumbre por saber si iba a conservar la vida o no me hicieron fuerte. Viví toda esa larga pesadilla de pie. Los traslados, las operaciones, los injertos, todo fue una sucesión de imágenes de terror como si se tratara de una película auténtica".**

Pero eso no es todo. ¿Quién no recuerda el abandono de Lauda en Japón, en la última carrera de 1976, donde James Hunt salió campeón?

"En Italia —se muerde, Marlene— **los más fanáticos (Niki corría para Ferrari) llegaron a tildar de 'cobarde' a mi marido, pero seguramente ellos mismos fueron los que lo aplaudieron cuando volvió a las pistas ganando otra vez . . .".**

Templanza de espíritu la de esta mujer de la Fórmula 1: **"El regreso de Niki me enseñó que nunca hay que perder la fe, nunca hay que desmayar, siempre hay que tener fuerzas para seguir adelante. Y esto sí que no lo voy a olvidar mientras viva".**

La misma mujer que gusta coser la ropa de su marido y cuando corría, arreglarle el gorro de conducción para que no le molestara en las zonas de piel injertada. La misma señora de Lauda **"con la humildad que él exige y que yo quiero"**, esta Marlene Knaus que ha recuperado **"la verdadera felicidad en nuestra casa propia, en Salzburgo, donde somos Niki y Marlene, un matrimonio *como cualquiera en el mundo . . .".***

María Pía Regazzoni o la Confiada Madurez



Están casados desde 1966 y ella no es tan conocida en el fatigoso ámbito de los superbólidos de carrera. María Pía la mujer de Clay Regazzoni, que no lo acompaña a su marido por todo el mundo. Lo espera en Lugano, provincia de Svizzera, junto a Alessia, de 12 años, y Gianmaría, de 9, los hijos de la pareja. Reposada, para nada nerviosa, la mujer del verdaderamente llamado Gianclaudio y no "Clay" como se lo conoce, afirma de su marido: "Cuando no corre está todo el tiempo entre la casa familiar y su negocio de bar (el 'Clay's Pub') que como principal ornamento tiene en su frente una rueda de automóvil de Fórmula 1. Yo siempre estoy tranquila porque sé lo que le gusta su trabajo". Así, sencillito, y sin alharacas. María Pía tiene 34 y Clay 39. El es uno de los más "viejitos", con Brambilla, de la F-1.

Aurorina de Rebaque o la Juventud Feliz



Héctor Alonso Ranguel, más conocido como Héctor Rebaque, *apellido este último que tomó de su padre que también fue* automovilista, viaja siempre con su esposa Aurorina. El 23, ella 22 años. Se casaron en su país, México, en 1976.

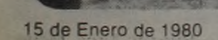
Pese a que Rebaque, un piloto independiente patrocinado por firmas aztecas, no alcanzó todavía "las luces del centro" en la Fórmula 1, Aurorina, delgada, esbelta, de aceitada piel tono cetrino, ya es un imán para todo el mundillo *que la rodea.*

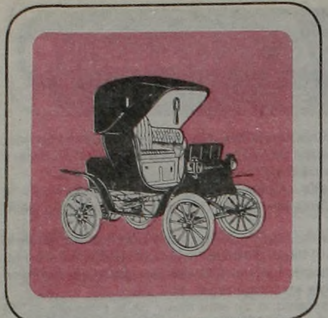
Sin embargo, no es más que una jovencita, alegre y feliz, que anda por el mundo de la mano de su marido: "Me acostumbré a viajar con Héctor a *todas las carreras. Como se* puede imaginar soy su hincha número uno. Pero si me dieran a elegir otro nombre entre los pilotos de la Fórmula 1 elegiría a Villeneuve . . . ¿Qué tal?.

Pamela de Scheckter o la Lectura de un Buen Libro

Es nada menos que la esposa del Campeón del Mundo: Pamela Scheckter. Casi a los 27 años, es una de las más bellas figuras de la Fórmula 1. Como Jody, es sudafricana, nacida en Ciudad del Cabo, el natural destino de muchos turistas argentinos en los últimos tiempos. Pamela prefería ser modelo, la velocidad no le ha dado tiempo, por supuesto, la velocidad de la profesión de su esposo. "Detesto las reuniones sociales" afirma Pamela, quien en cambio se apasiona "con la lectura de un buen libro, cada vez que me es posible". No se considera una "Muñeca de la F-1", muy por el contrario. Intimista, se abroquela hacia adentro: "Prefiero escuchar música clásica o preparar tortas de chocolate que son las que más le gustan a Jody". Habrá que creerle, nomás.

La otra cara de la moneda: el riesgo permanente de la tragedia. La Fórmula 1 periódicamente suele cobrarse su saldo de dolor y muerte, en contrapartida por todo aquello que brinda: fama, halagos, viajes, dinero, amor . . . un juego de oposiciones y de contrastes en los que comúnmente se arriba al fracaso y la frustración. No obstante, el mundo de la Fórmula 1 es un inmenso imán que atrae a multitudes en todas partes del mundo.

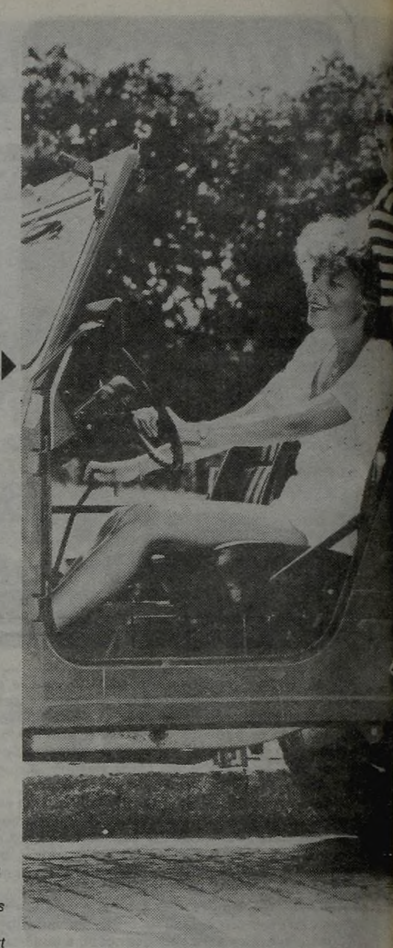


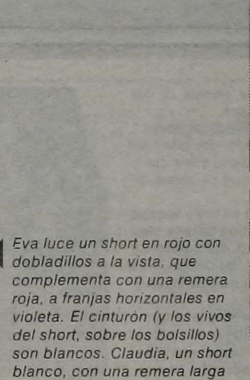


EL ANSIADO RETORNO DE LOS SHORTS: COLOR, VIVACIDAD, SENCILLEZ Y SUGESTION...



Al volante del moderno jeep, Eva luce un cortísimo short blanco que es acompañado por una camisa blanca, con estampado de flores diminutas. Claudia, un coqueto short con las piernas redondeadas, que hace juego con una remera larga, anudada al costado, blanca con franjas horizontales.

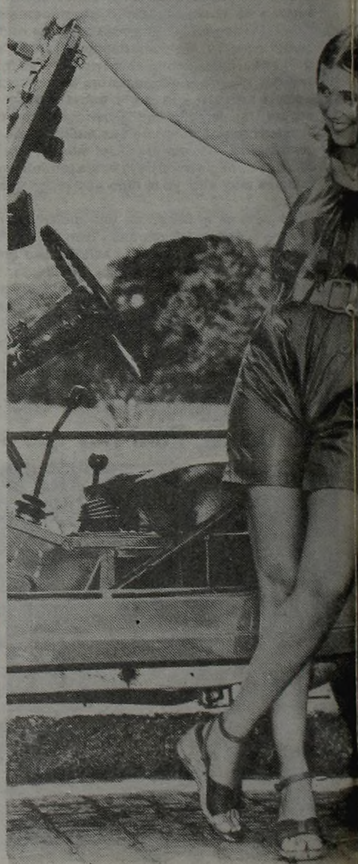




Eva luce un short en rojo con dobladillos a la vista, que complementa con una remera roja, a franjas horizontales en violeta. El cinturón (y los vivos del short, sobre los bolsillos) son blancos. Claudia, un short blanco, con una remera larga blanca, con franjas horizontales anchas en naranja y marrón oscuro.



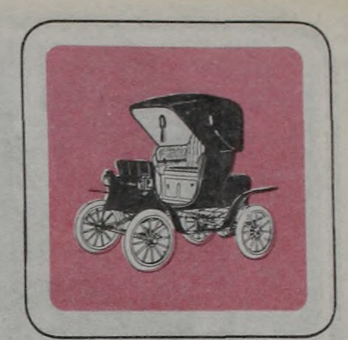




Un short de chintz, pespunteado a lo ancho en la parte inferior, muestra Claudia; viste, además, una fina remera a rayas muy delgadas. Eva exhibe un escotado conjunto de top y short de chintz que complementa con un ancho cinturón. Ambas calzan comodísimas sandalias.



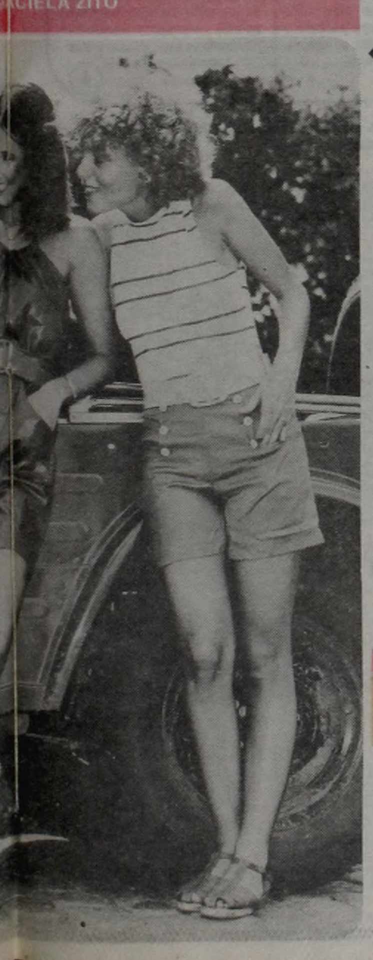
¡Retornan los Shorts...! Los Infaltables Compañeros del Verano Llegan Dispuestos a Quedarse. ¿Las Razones? Son Prácticos, Elegantes, Cómodos y muy, Pero muy Sugestivos. Enteritos o con el Complemento de las Coloridas Remeras, son Imprescindibles para el Vestuario Liviano y Agil que hay que Lucir en Vacaciones



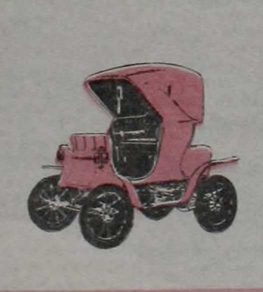
Un enterito de short y remera viste Eva, en color azul oscuro, que va ribeteado abajo, en las mangas y el cuello, en blanco. Para Claudia, otro elegante enterito en franjas anchas sobre fondo blanco, también ribeteado en las piernas, breteles y el cuello.



ACIELA ZITO



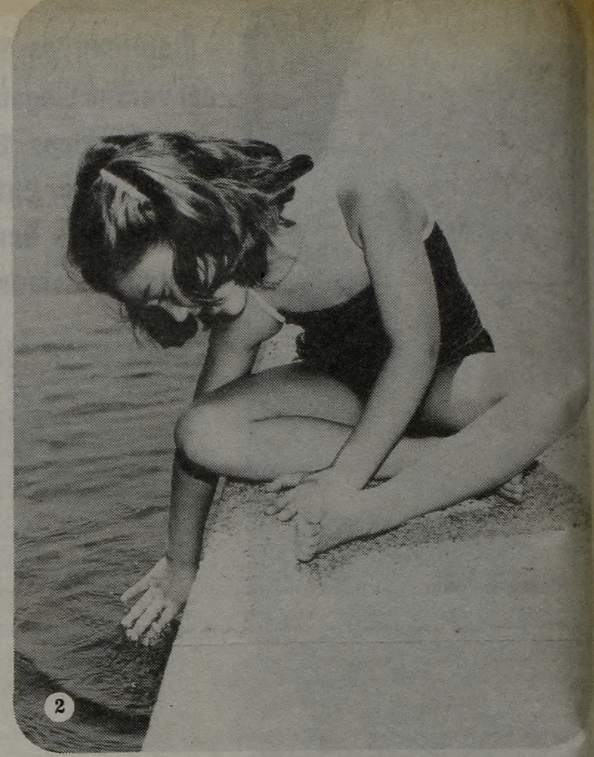
Un modernísimo enterito con bolsillos inclinados en los costados y moñito que anuda en la parte superior, muestra Claudia. El detalle: un ancho cinturón al tono con hebilla forrada. Eva, un short con bolsillos que prende adelante en los costados (al estilo marinero), cinturón blanco, y remera blanca con franjas horizontales azules y amarillas.





Para la sonriente Claudia, un enterito blanco que prende adelante con botones metalizados. El detalle: la coqueta visera traslúcida con marco ondulado blanco. Eva, un coqueto enterito en tela rústica, prendido adelante con botones, y cinturón de la misma tela.





Delicadas Mallas Enterizas, Para el Encanto de las Niñas

La Moda Del Niño

(1) Para Angie y Luly se han elegido dos elegantes mallas enterizas exactamente iguales: son de color rojo, con ribetes en azul profundo y llevan grabadas en la pechera la figura de un hipocampo, en azul.

(2) Todo el esplendor del verano en la satisfacción de Luly jugando al borde de la pileta. Viste una malla enteriza azul, con rayas horizontales blancas muy delgadas, con ribetes y breteles en blanco.

(3) La moderna atracción del tejido Lycra también seduce a las niñas. Una prueba es la elección de Angie por esta malla roja brillante, cuya pechera y espalda tiene forma de remera musculosa.

(4) La sonriente Luly viste una malla de stretch en color rojo profundo, que lleva a la altura de la cintura dos bandas anchas en azul y blanco. El modelo va ribeteado en azul, y los breteles también van en azul.

Dirección: Barbosa Shop, Alem 1050, Capital
Producción: Graciela Zito



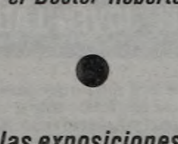


La Salud de la Madre y el Niño



Las Vacaciones de la Mujer Embarazada: Riesgos y Precauciones

Contesta el Doctor Roberto Griessi



Los viajes, las exposiciones prolongadas al sol, el excesivo desgaste de energías, son algunos de los riesgos que debe conocer y controlar la mujer embarazada, para disfrutar sus vacaciones en plenitud.





—Doctor Griessi, alrededor del verano y lo que puede y no puede hacer una embarazada en términos de vacaciones existen una serie de "mitos", prevenciones y situaciones que se le plantean al médico. ¿Qué sucede cuando se le sugiere al obstetra la posibilidad de irse de vacaciones?

—En esta etapa, una de las situaciones más comprometidas para la opinión del médico es la autorización o no para el correspondiente veraneo, ya que prácticamente es infaltable el permiso solicitado aunque más no sea para una escapadita.

En principio toda embarazada debe saber que muchas veces el obstetra se ve en la obligación de ser un tanto condescendiente y no prohibir las tan merecidas vacaciones, pero ello se debe en la mayoría de los casos al estado de abatimiento de la mujer cuando se le niega tal posibilidad.

Aquí conviene aplicar una conclusión, fruto de la experiencia.

Son tal vez los maridos quienes más fuerzan esta situación. Y la mujer, en su afán de no ser un escollo a las ansias de su esposo, insiste en algo que quizás podría obviarlo. Este panorama se oscurece a veces cuando se piensa que luego, con el recién nacido, hay probabilidades de postergar las vacaciones durante otro año.

Todas estas situaciones las contempla el médico, pero no se puede ser más papista que el Papa y alejarse de lo que la medicina puede, que no siempre es lo que la mujer quiere.

—Comencemos con el primer paso de las vacaciones: el viaje. ¿Cuáles son los medios de transporte más adecuados? ¿Qué tipo de riesgos pueden correrse y cómo evitarlos?

—Si usted vive en una zona turística y gusta de pasar el verano allí, elimina una de las causas más preocupantes que es el viaje. Este, precisamente, puede ser causante de una mayor irritabilidad uterina y predisponer al aborto o parto prematuro.

Todos los medios de transporte tienen sus inconvenientes. El automóvil con sus sacudidas, frenadas, aceleraciones o la posición incómoda para una embarazada. El barco por los mareos, el avión por las trepidaciones, la falta de oxígeno y la carga emocional.

Si usted es una primigesta no hay forma de sospechar si su embarazo puede terminar en un aborto o parto prematuro, dada la falta de antecedentes, y por tanto será difícil que sea autorizada por su médico a viajar.

Si es una embarazada con antecedentes de partos prematuros o abortos, es obvio que ya no será difícil sino dificilísimo. Pero si sus gestaciones culminaron en término y no hay ningún problema con su embarazo actual, podrá viajar si se encuentra en el cuarto, quinto, sexto o séptimo mes de espera, con la correspondiente visa médica.

Si lo hace en automóvil su marido deberá evitar los días claves como el 15 de enero o el 1º de febrero, por la congestión del tránsito.

A los efectos perniciosos del viaje, se suman el agotamiento y el calor excesivo.

Si no hay más remedio que viajar durante esas jornadas, deberá salir de madrugada, pero no la noche anterior debido a la ansiedad sobre los accidentes que pueden despertar los viajes nocturnos.

Deberá asimismo viajar lo más horizontal posible y por etapas.

—Se dice que la embarazada tiene que guardar mayores cuidados respecto de los efectos del sol, ¿es así doctor Griessi?

—Una vez que llegue a la zona turística deberá protegerse de uno de sus máximos enemigos: el sol.

La embarazada tiene una tendencia a mancharse por existir una mayor sensibilidad debida a pigmentos que posee. Son muchas las mujeres que después de un veraneo han quedado con manchas, muy difíciles de sacar posteriormente. Es conveniente que se asesore bien por el médico sobre la utilidad de cremas protectoras. Hay que evitar además las exposiciones prolongadas o en horarios de rayos infrarrojos (de 11 a 16 horas).

Recordar también que todo tratamiento blanqueador deberá iniciarse tres meses después del parto.

—Las várices son otro de los "dramitas" de las embarazadas, ¿cómo prevenir dificultades en ese terreno?

—Si tiene derrames o con más razón várices, deberá extremar sus cuidados pues el calor puede acelerar o agrandar estos procesos. De ahí que no es cuestión de ir a la playa con piernas cubiertas; se protegerá del sol pero no del calor. Por tanto, si no quiere privarse de la playa, vaya entre las 9 y las 11 o luego de las 17.

Durante el embarazo existe una tendencia al resquebrajamiento de la piel, que se acentuará con el resecamiento del clima de veraneo. Deberá asesorarse para hidratar convenientemente el cutis, el abdomen y los senos.

En las zonas predispuestas a las grietas o donde quieren comenzar a aflorar puede ser útil, amén de las cremas que le recomienden, un masaje con aceite de oliva dos veces por día, con estiramiento de la piel. Se lo puede hacer usted misma con los dedos.

—Y ahora, un punto fundamental. ¿Puede bañarse la embarazada en el mar o en el río?

—Absolutamente contraindicado bañarse en el mar o en el río. Por dos motivos: 1) El agua fría puede obrar como exitante de las contracciones. 2) El agua contiene gérmenes que al introducirse en la vagina pueden predisponer a las infecciones. Y si una mujer ha tenido más de un bebé, al quedar con una vulva entreabierta, favorece con más motivo tal situación.

—¿Qué otros elementos debe prever una gestante, doctor Griessi?

—Es normal que una persona al cambiar de ambiente se constipe, hecho que deberá ser prevenido con una ingesta mayor de verduras, frutas y agua, y la solución heroica de una cucharada de vaselina en ayunas. Pero es más útil que ya viaje asesorada por su médico al respecto.

—¿Y si en lugar de elegir el mar va a la montaña o a las sierras?

—Si usted va a zona de montaña deberá abstenerse de excursiones o ascenciones prolongadas a cerros, aunque sí será útil que camine una hora por día.

Por último, un pequeño detalle. Un paisaje de montaña o sierra es muy posible que obre como un sedante. Si es una persona excitable al mar, es mejor que lo piense dos veces antes de tomar ese rumbo.

Durante las vacaciones aumentan los riesgos para la mujer embarazada, si es que no toma en cuenta algunas precauciones, de acuerdo a los consejos adecuados que le imparta su médico.

La Estética y el Cuidado Corporal Durante el Período de Gestación

El veraneo de la embarazada supone, fundamentalmente, una situación corporal normal. Todo lo que su médico, como es natural, tendrá en cuenta para darle el "sí" a los días de playa o de montaña.

Los avances de la medicina preventiva, conviene recordar, permiten mayores márgenes de movilidad y sobre todo de **seguridad** *para la gestante.*

En este ámbito existe un término por de más usado pero no demasiado aplicado: el **chequeo.**

Pero ¿un chequeo común? ¿El que contemple análisis de orina, un recuento globular y si aún no lo conoce- el de su tipo sanguíneo?.

En principio, se comienza con esos planes obligatorios, ya que refrescan toda la historia clínica de la gestante, incluidos los factores hereditarios.

Existe, además, un chequeo tocoginecológico que contempla el estado del embarazo, las posibles condiciones del parto y la fecha en que se producirá, y las afecciones que pudieran generarse durante su desarrollo.

Un chequeo de orden estético puede anticipar a la paciente, en el caso de ser necesario, cómo corregir por medio de la cirugía una probable cesárea u otras secuelas clásicas como flaccidez, estrías, desgarros y obesidad.

El chequeo cardiovascular pondrá al tanto al obstetra de otros datos esenciales en la actualidad, sobre todo si la mujer que espera un hijo continúa trabajando durante esos meses. Una visión dermatológica "avisará" de la presencia de várices y pequeños derrames subsanables.

"LAS MIL Y UNA NOCHES"

****

El libro de "Las mil y una noches" proviene de cuentos procedentes de Persia, la India, Arabia, Egipto, Siria y el norte de Africa. Esas narraciones han ido componiéndose e integrando la obra a lo largo de más de 1.500 años, aproximadamente, según la opinión de los eruditos historiadores.

Los más antiguos cuentos provienen del Asia Oriental y se originaron en una cultura matriarcal. Porque en aquellos tiempos la organización social y familiar era dominada por la mujer y el hombre contaba, pero muy poco.

Posteriormente, en la India, alrededor del siglo V, ese transfondo se fue modificando, porque ya por entonces el imperio se hallaba bajo el dominio de una forma de organización patriarcal.

Las narraciones fueron traducidas, alrededor del siglo VII, al persa, recibiendo el título de "Las mil noches"; los árabes de Bagdad comenzaron a imaginar su propia versión, en el curso de los dos próximos siglos.

Queda claro, entonces, que a partir del siglo IX o X, los narradores populares van añadiendo y quitando cuentos, extienden éstos a lo largo de múltiples noches e introducen elementos extraños a las culturas orientales, como son, por ejemplo, temas de la "Odisea" o supervivencias de las antiguas culturas primitivas.

En "Las mil y una noches" se tocan todos los temas: desde el arte culinario a los secretos de alcoba; desde intrigas palaciegas hasta escenas picarescas.

Lo fundamental es que, por su antiquísimo origen —tal vez 3.000 años antes de Cristo— y su lenta y paciente elaboración (hasta el siglo X de nuestra era) constituyen la más preciosa y completa elaboración cuentística anónima de una buena parte de la humanidad.

EL CUENTO ELEGIDO PARA USTED

HISTORIA DE JALID B. ABD ALLAH AL-QASRI Y EL JOVEN LADRON

Se cuenta que cuando Jalid B. Abd Allah al-Qasri era gobernador de Basora, acudió a él un grupo de personas que llevaban a un joven hermoso, bello, educado, de buen aspecto, muy inteligente, bien vestido, perfumado, tranquilo y digno. Se lo presentaron a Jalid, y éste les preguntó qué ocurría, a lo que ellos respondieron: "Es un ladrón. Lo sorprendimos ayer por la noche en nuestra casa". Jalid lo contempló, le gustó su aspecto y lo limpio que estaba, y ordenó: "¡Soltadlo!" Luego se acercó a él y le preguntó por su vida. El replicó: "Esa gente dice la verdad, y ha ocurrido lo que afirman". Jalid interrogó: "¿Y qué te ha movido a hacer esto, siendo una persona de buen aspecto y estando bien vestido?". "Me ha impulsado el deseo de poseer los bienes de este mundo, y la voluntad de Dios (¡glorificado y ensalzado sea!)". "¡Ojalá tu madre te hubiese perdido! La belleza de tu rostro, tu buen entendimiento, tu perfecta educación, ¿no han podido frenar tus deseos?". "No me preguntes más, Emir, cumple lo que Dios (¡ensalzado sea!) manda para estos casos. Lo que reciba, lo habré ganado con mis manos: "Dios no es injusto con sus siervos".

Jalid calló un momento y meditó en el caso del muchacho. Se acercó a él y le dijo: "Me confunde tu confesión en presencia de testigos. Yo no creo que seas un ladrón. Debes tener otras razones, pero no precisamente de hurto. ¡Cuéntamelas!". "¡Oh, Emir! No te empeñes en pensar en algo distinto a lo que he declarado. No tengo nada que contar, salvo el que entré en la casa de ésos, robé lo que pude, me sorprendieron, me detuvieron y me han traído ante ti". Jalid lo mandó a la cárcel y ordenó que el pregonero anunciase por Basora: "Los que quieran ver el castigo de fulano, el ladrón, y cómo le cortan la mano, que acudan mañana a tal sitio".

Al quedar el joven en la prisión con los grillos en los pies, suspiró, lloró abundantemente y recitó estos versos:

Jalid me ha amenazado con cortarme la mano si no le refiero lo que me ha sucedido con ella.
He contestado: "¡No seré yo quien cuente el amor que siente mi corazón!".
El tener la mano cortada por lo que he declarado, es más soportable para mí que el deshonrarla.

Los carceleros, que lo habían oído, se lo contaron a Jalid. Este, al hacerse de noche, mandó que le llevasen al preso. Lo interrogó y pudo comprobar que era muy inteligente, culto, instruido y de buen corazón. Mandó servir la cena y comieron. Habló un rato con él, y después le dijo: "Me he enterado de que tienes una historia distinta de la del hurto. Por la mañana acudirán las gentes, y el cadí te interrogará sobre el robo. Niégalo, y declara cuanto pueda evitar que te corten la mano. El Enviado de Dios (¡El lo bendiga y lo salve!) ha dicho: "En los casos dudosos, evitad las penas establecidas". Luego lo volvió a mandar a la cárcel.

Sahrazad se dio cuenta de que amanecía e interrumpió el relato para el cual le habían dado permiso.

Cuando llegó la noche **doscientas noventa y ocho**, refirió:

—Me he enterado, ¡oh rey feliz!, de que el joven pasó en ella la noche.

Por la mañana acudieron las gentes para ver cómo cortaban la mano del joven; no quedó en toda Basora mujer ni hombre que dejase de acudir a ver el castigo de aquel joven. Jalid, las personas principales de Basora y otros, montaron a caballo; fueron convocados los jueces y se hizo comparecer al joven. Este se presentó encadenado. Todos cuantos lo veían lloraban por él. Las mujeres prorrumpían en gritos fúnebres. El cadí mandó que callasen y dijo al muchacho: "Esa gente asegura que tú entraste en su casa y les robaste. Quizás hayas robado cosas sin valor, que no constituyan delito". "No; he robado más de la cuenta". "Pero a lo mejor eres copropietario de algunas de las cosas". "No; todo les pertenecía, y yo no tenía derecho alguno sobre ello".

Jalid, enfurecido, se dirigió hacia el joven y le dio un latigazo con la fusta, mientras recitaba:

El hombre quiere obtener su deseo, pero Dios solo concede lo que a El le place.

Mandaron al verdugo que le cortase la mano. Este sacó el cuchillo, el muchacho alargó el brazo, y el verdugo puso encima el arma. Entonces, de entre las mujeres arrancó a correr, gritando, una muchacha con los vestidos sucios; se arrojó encima del muchacho, se quitó el velo y apareció una luna. La gente se alborotó, y poco faltó para que estallase un tumulto. La muchacha gritó con su voz más fuerte: "Te conjuro en nombre de Dios, Emir, a que no decidas que le corten la mano antes de leer este memorial".

Le entregó un papel. Jalid lo abrió y lo leyó. Contenía estos versos:

¡Jalid! Ese es un loco, un esclavo del amor; mis ojos lo han herido con los arcos de las cejas.
Lo hirió una flecha de mi mirada, porque es esclavo de la pasión, porque es incapaz de curarse de su daño.
Ha confesado lo que no ha hecho; pues cree que eso es mejor que deshonrar a la amada.
No castigues al afligido amante, que es el más generoso de los hombres y no un ladrón.

Jalid, al leer los versos, se retiró, se apartó de la gente y ordenó que se acercara la mujer. La interrogó, y ésta le explicó que aquel joven estaba enamorado de ella, y que ella le correspondía. Quiso visitarla y fue a casa de sus padres; tiró una piedra para advertirle de su llegada, mas el padre y sus hermanos oyeron el ruido del golpe y salieron a su encuentro. El, al oír que llegaban, recogió toda la ropa de la habitación para hacerles creer que se trataba de un ladrón y salvar la honra de su amada. Entonces lo detuvieron, exclamando: "¡Este es un ladrón!", y lo trajeron a tu presencia. El ha confesado el robo y se ha ratificado en la confesión para no deshonrarme. Por eso se ha declarado autor del robo, por su extrema nobleza y generosidad".

Jalid exclamó: "¡Es digno de obtener lo que desea!". Mandó llamar al joven, lo besó entre los ojos e hizo comparecer al padre de la muchacha: "¡Anciano! Estábamos dispuestos a castigar a este joven cortándole la mano, pero Dios, Todopoderoso y Excelso, lo ha salvado de esta pena, y yo he ordenado que le entreguen diez mil dirhemes, porque él daba su mano para salvar tu honor y el de tu hija, para preservarlos de la afrenta. He mandado dar a tu hija otros diez mil dirhemes por haberme dicho la verdad, y ahora te pido me permitas que la case con él". El anciano contestó: "¡Te concedo el permiso, Emir!".

Jalid dio gracias a Dios, lo alabó y pronunció un hermoso sermón.

Sahrazad se dio cuenta de que amanecía e interrumpió el relato para el cual le habían dado permiso.

Cuando llegó la noche **doscientas noventa y nueve**, refirió:

—Me he enterado, ¡oh rey feliz!, de que Jalid le dijo al muchacho: "Te caso con la joven aquí presente, con su permiso y con su consentimiento, así como con la conformidad de su padre, y le asigno como dote estos diez mil dirhemes". El joven dijo: "Acepto este matrimonio". A continuación, Jalid mandó llevar el dinero a la casa del joven, en vasos que figuraban en el cortejo nupcial.

La gente se dispersó, satisfecha de lo que había visto en aquel día extraordinario, que había empezado con llantos y penas y terminaba con alegría y fiesta.

LA GUIA DEL MINITURISMO



FERIAS

Plazoleta de Vicente López
(Vicente López, entre Uriburu y Junín). Artesanías, joyas, regalos, oportunidades. Sábados de 12 a 18 y domingos de 10 a 18 horas.

Plazoleta Santa Fe
(Santa Fe y Uriarte). Artesanías, libros y revistas usados y antiguos. Curiosidades. Sábados de 12 a 18 y domingos de 10 a 18 horas.

Plaza Lavalle
(Lavalle, entre Libertad y Talcahuano). Libros y revistas usados. Textos jurídicos, técnicos, novelas. Todos los días (de lunes a viernes) de 10 a 18 horas.



Parque Rivadavia
(Rivadavia al 4900, Caballito). Compra, venta y canje de libros, revistas, estampillas, monedas y otros objetos de colección. Domingos de 9 a 13 horas.

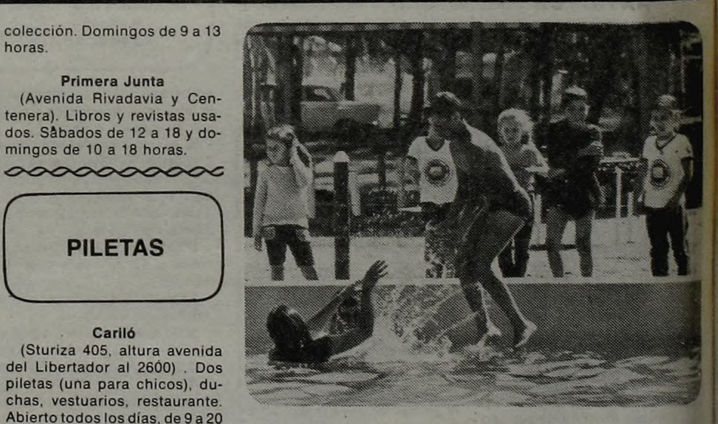
Primera Junta
(Avenida Rivadavia y Centenera). Libros y revistas usados. Sábados de 12 a 18 y domingos de 10 a 18 horas.

PILETAS

Cariló
(Sturiza 405, altura avenida del Libertador al 2600). Dos piletas (una para chicos), duchas, vestuarios, restaurante. Abierto todos los días, de 9 a 20 horas.

Amien's
(Ruta Panamericana a la altura del kilómetro 28). Dos piletas para grandes y una para chicos. Juegos infantiles, playa de estacionamiento, parque arbolado, servicio de buffet. Abierto todos los días de 9 a 20 horas.

Balneario de Frontera
(Camino de Cintura, kilómetro 6, Ezeiza). Dos piletas para grandes y una para chicos. Juegos infantiles, estacionamiento, servicio de buffet y restaurante. Abierto todos los días de 8 a 20 horas.



PARQUE

Teniente General Pablo Ricchieri
(Molina Arrotea y Las Lilas, en Lomas de Zamora). Un inmenso predio arbolado que es utilizado para prácticas deportivas y recreativas. Cuenta con un estadio habilitado para la realización de diversas disciplinas (lanzamiento del disco, jabalina, martillo, salto en alto y salto en largo), además de una pista de atletismo de 400 metros de recorrido con siete andariveles.

Dispone, además, de vestuarios, duchas, agua caliente y otras comodidades. El uso de las instalaciones es absolutamente gratuito para colegios, entidades y particulares.

Dos Prácticos Pulóveres en Hilo, Para las Noches Frescas del Verano

MINIMOLDES ★ TEJIDOS ★ ACCESORIOS ★





Dos modelos juveniles confeccionados en hilo: El pulóver con escote en V y punto calado se teje todo en uno (izquierda). El pulóver de la derecha, con escote "submarino" es muy fácil de trabajar, todas las piezas se tejen derecho.

INSTRUCCIONES:

(Izquierda) Material: 250 grs. de hilo, una aguja para tejer en redondo Nº 2 1/2, 1 aguja para crochet Nº 3.

Indicación de puntos: Media Cadena MC. Cadena C. Vareta V. Medio Punto MP.

Punto básico; Cadena. Cada C se teje entre dos C de la hilera anterior.

Franja Calada: Primera hilera: - 1 V 2 MC, pasar 1 V de la hilera anterior sin tejer - Repetir de - a -. **Segunda hilera:** - 1 V en la MC de la hilera anterior, 2 MC - Repetir de - a -.

Orden de las franjas: - 11 vueltas en punto básico, 5 en punto calado - Repetir de - a -.

Importante: Al hacer el cambio del punto básico a la franja calada, debe trabajar en la primera hilera siempre 2 V en la MC de la hilera anterior.

Medida del tejido: 21 V x 14 hileras 10 x 10 cms.

Atención: Todas las medidas, si no se indica lo contrario, deben entenderse desde el comienzo del trabajo.

Se trabaja hasta el comienzo de la sisa todo en redondo. Montar con la aguja de tejer en redondo 208 p. y tejer 1 der. 1 rev. 5 cms. luego una vuelta todo rev. Luego sacar con la aguja de crochet los puntos, cada punto tejido en V. Los pases de una vuelta a la otra se practican del lado izquierdo. Se cierra cada vuelta con una C y se comienza con 3 MC para la primera V.

Se teje según indicación, 35 cms. Luego seguir con los puntos de la delantera como sigue: Partir el trabajo en dos partes, terminando cada una por separado. En el borde interior desmontar 13 veces de a 1 p. Para conseguir una correcta terminación, se tejen los dos últimos puntos juntos. Al mismo tiempo, a los 55 cms. disminuir para el hombro. 4 veces en cada hilera 10 V. A los 58 cms. cerrar. La segunda parte tejer igual.

Para la espalda, trabajar derecho según indicación de las franjas. A los 55 cms. disminuir de ambos lados para los hombros como lo indicado para la delantera. A los 58 cms. dejar los puntos restantes en suspenso. **Terminación:** Cerrar los hombros.

PULOVER AL CROCHET CON ESCOTE "SUBMARINO"

Material:350 grs. de hilo, agujas de tejer Nº 2 1/2, 1 aguja para tejer redondo. Nº 2 aguja para crochet Nº 2 1/2.

Indicación de puntos: Media Cadena -MC. Cadena - C. Vareta - V. Medio punto - MP. Media Vareta - MV.

Punto básico: 1 vuelta 7 medias varetas - 2 MC pasar sin tejer 2 p., 14 MV - tejer de - a - terminando la hilera con 2 MC, pasar 2 p. sin tejer y 7 MV. Segunda vuelta: Trabajar en cada MV y cada MC 1 MV.

Repetir éstas dos vueltas.

Borde arqueado: - 4 MC, pasar dos p. sin tejer, 1 MP en el próximo p - Repetir de - a -.

Medida del tejido: En el punto básico 27 MV x 19 hilares - 10 x 10 cms.

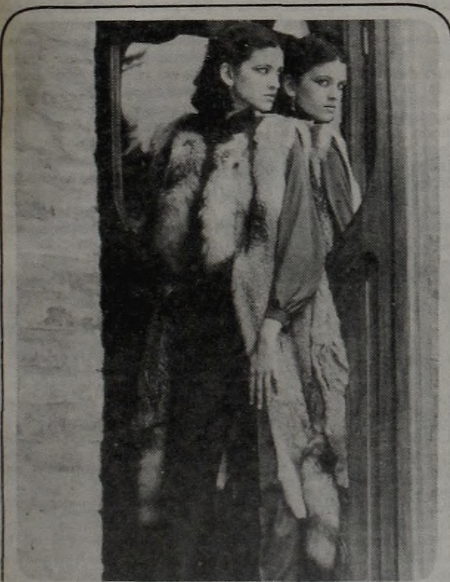
Espalda: Montar 144 puntos y tejer en el punto básico hasta 34 cms., marcando en este lugar los dos puntos finales del tejido.

Delantera: Igual que la espalda, pero a los 52 cms. dejar sin tejer los 18 p. del medio y terminar cada lado por separado. En el escote dejar sin tejer en las siguientes vueltas 1 vez 5 p. 2 veces 4, 1 vez 3, 1 vez 2, 1 o pasar con cadenas los puntos . Terminar la segunda parte del mismo modo.

Montar con agujas de tejer Nº 2 1/2 para los bordes 138 puntos c/u y tejer 6 cms. en punto elástic, al final 1 hilera derecho, tomando todos los puntos sobre la aguja de tejer redondo. Repartir bien en el borde inferior del pulóver, dejando sobre la aguja. Fijar cada punto con alfileres, sin sacar de la aguja. Ahora dejar deslizar cada punto de la aguja, cosiéndolo con un punto del tejido al crochet.

Cerrar las costuras de los hombros y los laterales hasta la marcación. Tejer el borde arqueado alrededor de escote y sisa.

ANTICIPOS ★ OTOÑO ★ NOVEDADES ★ INVIERNO ★ ANTICIPOS ★ OTOÑO ★ NOVEDADES ★ INVIERNO

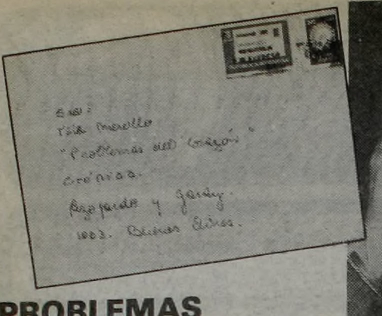


Las telas predilectas para la próxima temporada: gabardina, terciopelo y sedas naturales. La máxima novedad: los abrigos de pieles sin mangas. Los colores: gris, mostaza, guinda y bordó.





Tapados con forros matelaseados, jumpers con pecheras tejidas, jardineros de cortes originales, impermeables y muchos tejidos con guardas, son algunas de las novedades presentadas por la línea Mac Rony para chicos de 2 a 6 años. Esta colección se propone unificar el buen diseño con una escala de precios accesibles a todos los bolsillos.



PROBLEMAS DEL CORAZON

Contesta Tita Merello

Querida Tita:

Tengo 22 años y hace solo uno que llegué de mi provincia, Chaco. Fui a vivir con una gran amiga mía, que está casada y embarazada de seis meses.

Pero yo me siento muy triste y desesperada porque me he enamorado de Carlos, el marido de mi amiga, y él me corresponde.

A veces pienso ponerle fin a mis días, porque me siento una "mala" amiga y no quisiera causarle dolor a ella, al decirle las relaciones que me unen con Carlos. Y no quisiera tampoco confesarle que espero un hijo de su marido.

¡Ayúdeme, Tita!

Creo en usted y le tengo mucho aprecio y confianza. Lo que me diga trataré de hacerlo. Su consejo sería como el de la madre que por desgracia ya no tengo.

Miriam

Chaqueña:

Feo, muy feo. Realmente es para estar triste. Defraudar en la amistad es lo peor que nos puede pasar. Si de verdad usted cree en mí, en lo que pienso, sin decir una palabra debe dejar esa casa.

Su amiga no merecía tal pago. Usted no es un mal ser humano, desde el momento en que tiene remordimientos. Váyase, entonces, y críe a su hijo —que no le pidió venir al mundo— y recuerde: hay que pensar, antes. Después, casi siempre es tarde.

Tita

Querida Tita:

Yo, que he perdido al ser más querido, mi mamá, recuerdo cuando usted pedía que ayudáramos al Hogar Santa Clara. Pienso que todo lo que tengo de ella —su ropa, sus cosas— podrían tener ese destino. Pero no tengo la dirección. Si usted fuera tan amable y me la facilitara se lo agradeceré muchísimo.

Elma Mirta Devita

Señora:

Lamento su pérdida y le agradezco su recuerdo para el Hogar Santa Clara —la dirección es Serrano 740, Capital Federal— y sepa que todo lo que haga por ese lugar Dios se lo premiará. Gracias Elma.

Tita



CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

Las personas de signos de Agua adoran el mar, los ríos y lagos. No obstante hay algunos que, negando aparentemente las leyes astrológicas, les tienen fobia al agua. La explicación: el mismo signo "mal aspectado" en el mapa natal, significando verdadero peligro en el agua. La gran intuición de estos nativos hace que presientan ese peligro. Si usted, señora mamá, nota que su hijo pisciano o canceriano tiembla ante la idea de entrar en la pileta, sea muy cuidadosa. Si insiste demasiado o si lo obliga a entrar le causaría un trauma para toda su vida, reforzando el pánico que el niño siente. La mejor manera es explicarle que en la pileta no corre peligro alguno y lentamente convencerlo para que aprenda a nadar.

Los chicos leoninos son muy exagerados y no temen a nada. Cuidado con dejarlos salir y vagabundear en las costas del mar o en las grutas. El espíritu de desafío: "A ver, si me atrevo" ha llevado a muchos niños de signos de Fuego al peligro.

Una niñita de Géminis es un verdadero peligro en la oficina de papá. Registra cajones, saca papeles, usa los lápices, mezcla todo... El castigo que después recibe, es totalmente injusto: ella tan solo obedece a su planeta Mercurio.

Si en una familia predominan las personas de signos de Aire, más vale adoptar una alimentación liviana: la menor cantidad de carne posible, fruta y vegetales en abundancia y sobre todo, muchos lácteos, ya que estas personas siempre tienen problemas con la calcificación.

El marido canceriano nunca se contenta con una comida frugal. El quiere "comida en serio", con varios platos: sopa, carne, guarniciones, torta, etcétera. Conviene servirle de todo, pero cuidado con la cantidad. Comer varios platos, pero poco produce la sensación de "haber comido muy bien".

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

El día 15, hasta las 19 horas: Luna en Sagitario. Día accidentado en la calle. Trae esta vez discusiones en la familia.

★☆☆

Los días 16-17: LUNA NUEVA en Capricornio. Favorece mucho a los signos de Tierra en cualquier decisión importante. Perjudica a los otros tres "cardinales": Aries, Cáncer y Libra.

Los 18-19 Luna en Acuario. Favorece a los signos de Aire, esta vez en el amor.

★☆☆

Los días 20-21: Luna en Piscis. Excelente para los signos de Agua. Favorece a las piscianas en general, para arreglar sus asuntos amorosos. Un tropiezo, en cambio, para Virgo, Sagitario y Géminis.

HOROSCOPO SEMANAL

Por Lily Sullos

(DEL 15 AL 21 DE ENERO)



Aries

Amor: Cuidado los días 16-17. Hay una lunación muy peligrosa que podría causarle grandes disgustos, hasta una ruptura. Le conviene evitar citas, conversaciones, reproches, permaneciendo en absoluta calma.

Finanzas: En los mismos días peligro de una gran imprudencia: compra o inversión muy poco afortunada o pérdida directamente.

Salud: Una gran descompostura por exceso de comida o por comer algo fuera de costumbre.



Tauro

Amor: Excelente Luna nueva en los días 16-17, que podría cambiar totalmente su panorama para bien. Son días muy aconsejables para tomar una decisión en ese campo.

Finanzas: Usted está en un período excelente para cualquier cambio de lugar, iniciativa comercial o para iniciar un estudio. También puede pensar en cambiar de empleo. Posible oportunidad para ello.

Salud: Los días 18-19 traen mucha tensión nerviosa y gran fatiga.



Géminis

Amor: Los días 18-19 traen sinceridad y espontaneidad; se los puede aprovechar para tomar una decisión: seguir o no la relación. Semana algo inquietante respecto de las ausencias de su compañero o de su comportamiento en general.

Finanzas: Implican cuidado, especialmente en los días 20-21, usted corre peligro de una pequeña estafa o pérdida de dinero.

Salud: Digestión lenta y mucha fatiga; usted necesita vitaminas.



Cáncer

Amor: Muy peligrosos son los días de la lunación: 16-17, amenazan hasta con una ruptura. Le conviene dejarlos correr y esperar hasta los 20-21 que le brindan seguridad en todo acercamiento; no será rechazada.

Finanzas: Los mismos días amenazan su presupuesto, si usted los utiliza para algo serio: viaje, inversión, cambio de empleo o para vender una propiedad.

Salud: debe usted comer menos y lo más liviano posible.



Leo

Amor: Roces con su compañero por una mera cuestión de amor propio; usted defiende sus razones y él también. Le conviene tomar una actitud femenina y pasiva, ya que con agresividades solo empeorará la situación.

Finanzas: Una salida o viaje le costará más de lo que usted calculó. Una compra no del todo oportuna podría causar un problema familiar, cuidado.

Salud: Mucha tensión nerviosa y trastornos circulatorios, mareos.



Virgo

Amor: Los días 16-17 son excelentes para definir la situación o para iniciar un nuevo romance. Es muy posible que su compañero tome la iniciativa en cuanto a fijar una fecha determinada para unirse.

Finanzas: Muy protegidas, usted está en un período muy favorable. Posible cambio de lugar o factibilidad de realizarlo rápidamente.

Salud: Molestias en los días 20-21, debilidad y soñolencia.

Libra

Amor: Los días 16-17 son muy negativos en ese plano: usted podría tomar una decisión por desesperación, o actuar movida por una amargura no superada. Espere los días 18-19 para esa conversación planeada.

Finanzas: Esta es una semana con varios tropiezos, gastos inútiles, pérdida de tiempo y de disgustos por gente que no cumple su palabra.

Salud: Le conviene un descanso total, una dieta desintoxicante y tranquilidad.



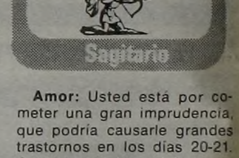


Escorpio

Amor: Los días 20-21 son los mejores, permitiéndole un acercamiento espiritual y a la vez enterarse de una gran verdad, hasta ahora no percibida; la súbita comprensión suya mejorará la pareja.

Finanzas: Momentos de duda ante un viaje o cambio de lugar. Es posible realizarlo, pero le conviene un asesoramiento legal más preciso y una persona para ayudarla.

Salud: Bastante buena, si usted no exagera sus problemas.



Sagitario

Amor: Usted está por cometer una gran imprudencia, que podría causarle grandes trastornos en los días 20-21. Cuidado con las palabras engañosas y con las promesas; esta vez podrían resultar una hábil trampa.

Finanzas: Lo "grande" no le conviene, pero ciertos pequeños cambios y una reorganización de su trabajo le harán mucho bien. Gastos por reparaciones.

Salud: Molestias intestinales, inflamaciones; cuidado con las bebidas frías.



Capricornio

Amor: Los días 16-17 traen una Luna nueva en Capricornio; usted puede tomar una decisión muy importante en el amor. Esta vez es usted quien debe ser muy enérgica, aun si se trata de una ruptura necesaria.

Finanzas: excelentes, algo que usted esperó mucho se realiza. Un viraje muy importante en su destino: posible cambio de trabajo o de lugar.

Salud: Gran mejora, usted se recupera totalmente, con gran dinamismo.

Acuario

Amor: Los días 18-19 traen la Luna en Acuario, permitiéndole un pequeño triunfo en ese campo. Es muy posible que usted se entere de algo revelador respecto de su compañero, comprendiendo así la situación un poco mejor.

Finanzas: Delicadas, mejor esperar un poco con sus proyectos. Viaje accidentado o directamente aplazado para más adelante; no lo lamente.

Salud: mucha fatiga, pero también recuperación. Retención de líquidos.



Piscis

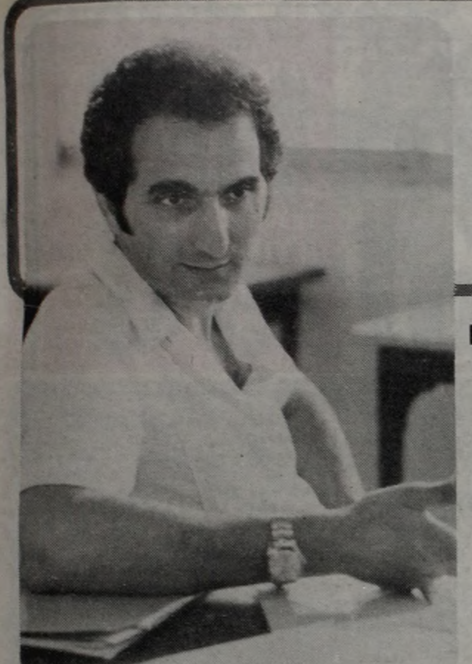
Amor: Venus ya está en su signo, ayudando en las reconciliaciones. Si usted planea un "borrón y cuenta nueva", tiene los excelentes días que son los 20-21, con Luna en Piscis.

Finanzas: Excepto para las compras femeninas, la semana es bastante tramposa. No le conviene ninguna inversión grande, ni cambio de lugar. Gastos por un trámite o salida algo costosa.

Salud: Mejora su metabolismo. Procure no cometer abusos alimenticios.

Un Novedoso Programa de Rehabilitación Cardiovascular

GIMNASIA, VOLEY, NATACION... LOS CARDIACOS LOGRAN VIVIR SIN TEMORES



El doctor Donato Pellegrino, uno de los profesionales a cargo del programa de rehabilitación para enfermos cardiovasculares.

EL CENTRO COMUNITARIO SARANDI —PUESTO EN MARCHA MEDIANTE UN ACUERDO DEL HOSPITAL FIORITO CON LA ASOCIACION CRISTIANA DE JOVENES— REALIZA UN VASTO PROGRAMA DE REHABILITACION CARDIOVASCULAR, QUE HA PERMITIDO LA RECUPERACION SOCIAL, SIQUICA Y DEPORTIVA DE UNA GRAN CANTIDAD DE ENFERMOS, A UN COSTO ECONOMICO MUY BAJO Y EVENTUALMENTE GRATUITO.

Hasta hace pocos años el enfermo cardíaco padecía, amén de la enfermedad, una especie de aislamiento síquico producto de los excesivos cuidados a los que sometía asu físico.

La familia, los amigos, al rodearlo de una protección especial que solo contribuía al sedentarismo del enfermo, ponían - con toda la buena voluntad posible, es cierto- la cuota de típico "confinamiento" a quien el corazón le había dado un alerta.

Los criterios han cambiado en estos tiempos.

¿Quién podía imaginarse en la época de nuestras abuelas que un enfermo cardiovascular, con la debida precaución, estaba en condiciones de jugar al voley?

¿Existe realmente, un método de rehabilitación que incluya la gimnasia?

Sí, lo hay. Y si usted sufre de problemas cardíacos puede participar, prácticamente sin inversión monetaria, de un sistema que ya ha probado su eficacia.

Desde hace cinco años, y como consecuencia de un acuerdo efectuado entre el Hospital Fiorito y la Asociación Cristiana de Jóvenes, funciona el **Centro Comunitario Sarandí,** dependiente de la última entidad nombrada.

¿Cómo se denomina el método? **Rehabilitación cardiovascular en gimnasio abierto** (es decir, fuera del ámbito hospitalario).

DONDE Y COMO SE PRACTICA

En un amplio predio que combina un salón cerrado, canchas al aire libre, pileta de natación de agua salada y una arboleda como para oxigenarse plenamente, el Centro Comunitario de la zona de Sarandí —ubicado en Almirante Cordero al 2245— ha logrado diluir la distinción entre "enfermos" y "sanos".

Al llegar, uno se pregunta si los que juegan o los que hacen gimnasia "son" o "no son" cardíacos. Imposible establecer la diferencia. La duda la disipan los doctores **Donato Pellegrino,** del Hospital Fiorito, y **Jorge Giuseppucci,** de la Asociación Cristiana de Jóvenes.

Efectivamente, la gente que allí se veía jugando al voley en un soleado día de verano, tenía diferentes dolencias cardiovasculares.

"Todas las personas que intervienen en este programa de rehabilitación, **explica el doctor Pellegrino,** son estudiadas previamente en el Fiorito mediante controles cardiológicos y sicológicos. Y de acuerdo con el resultado se les *imparte* el programa de ejercicios. Es decir, el plan que se da depende de la capacidad física que evidencie el electrocardiograma y el test ergométrico."

—¿En qué consiste la tan mentada ergometría doctor Pellegrino?

-Es un electrocardiograma de esfuerzo (del griego, ergo: fuerza, y metría: medida) es decir, una medida de la fuerza. Se realiza sobre una bicicleta o sobre una plataforma, a la cual se le imprime una carga o una velocidad, respectivamente. Eso genera un esfuerzo del corazón y por ende se exige una mayor circulación. Un electrocardiograma común en cambio puede salir normal teniendo una o dos obstrucciones del cincuenta por ciento.

— Doctor Giuseppucci. La Asociación Cristiana de Jóvenes realizó durante el '79 una estadística en base a quinientas personas a las que se les hizo el test ergométrico. ¿Cuál fue el resultado?.

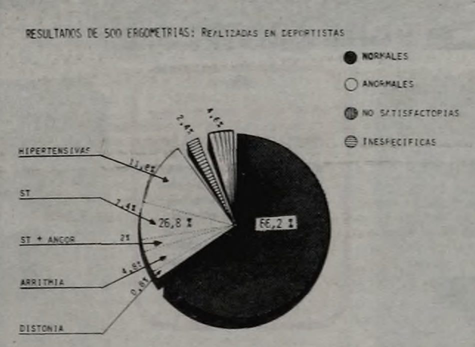
— La estadística se hizo con personas que hacen actividad *física, y se encontró que* el 26,8% tenía alguna anormalidad cardiovascular (ver recuadro).

—En términos generales, ¿cómo es el índice de enfermos cardíacos en la actualidad?

—*Altísimo.* En primer lugar están los accidentes de tránsito y después las enfermedades cardiovasculares. Y en las mujeres va en franco aumento, principalmente por dos motivos: hacen la misma vida que el hombre en lo que se refiere a trabajo y tensiones cotidianas y fuman.

—Y ustedes ¿qué proponen en ese sentido?.

—La difusión intensa de este problema para que el chequeo cardiovascular sea de rutina, "obligatoria". De esa manera se detectarán las dificultades y se evitarán los avances de las enfermedades en el caso que existan. Lo ideal sería **—comenta Pellegrino—** hacerlo "en salud" como dice Cooper, el promotor del aerobismo, y no "en enfermedad". Por otra parte, se trata de eliminar la agresión, el stress y el sedentarismo, causales en parte de estos problemas.



REHABILITARSE MEDIANTE LA RECREACION

—El programa **—explica Giuseppucci—** consiste en una serie de ejercicios sistematizados y tabulados por patrones comunes. Los ejercicios son supervisados médicamente. Implican **movimiento pero no fuerza.** Todo lo que sea fuerza es peligroso para el enfermo. Es decir, se trata de movimientos dinámicos. 1) Tronco (extensión, rotación, elongación, destreza). 2) Extremidades (flexión, extensión, rotación). La gimnasia se alterna con trotes, carrera-marcha, marcha-trote y algunos deportes de tipo recreativo, como el voley. **No debe entrar la competencia, ni la lucha, ni la agresión: solo la recreación.**

—El programa -continúa- se *realiza* tres veces por semana y tiene una hora de duración. Hay una profesora de Educación Física especializada en la materia, un equipo médico de emergencia y un cardiólogo que controla a cada persona participante antes y después de los ejercicios. Supervisa presión y pulso, previa y posteriormente a la actividad.

—¿Cuánto "cuesta" rehabilitarse a través de este método?.

—El objetivo del programa es que sea **masivo y barato.** Se paga una cuota social mínima, y a los que no pueden abonar los consideramos becarios: no pagan nada **—aclara Giuseppucci.**

Y observe. De acuerdo con las tendencias en aumento de las enfermedades cardiovasculares, ya se necesitan muchos programas de rehabilitación. Este demostró que asociando una institución oficial -el Fiorito- con una entidad que pueda aportar infraestructura deportiva -en nuestro país hay muchas- se pueden lograr programas de rehabilitación una vez superada la etapa aguda de la enfermedad. Resultarán entonces masivos y de bajos costos, puesto que se utilizarían recursos ya existentes en la comunidad.

—¿Cuál ha sido para usted la experiencia grupal de los pacientes que controla, doctor Pellegrino ?

—En ese aspecto el logro ha sido y es importantísimo, tanto en lo físico como en lo síquico. Varios han llegado hasta aquí deprimidos y con escasas ganas de trabajar en la rehabilitación... ¡y cómo se han transformado después! Se sienten bien, reconfortados y unidos a un grupo con el que no solo comparten las horas de ejercicio semanal, sino otras de actividad social muy intensa. Mantener unido al grupo es para nosotros fundamental, además de contribuir al mejoramiento de la situación coronaria.



Se realiza un control de pacientes, durante las prácticas deportivas que se cumplen en el Centro Comunitario de Sarandí.



Enfermos cardíacos juegan al voley, como parte del programa de rehabilitación cardiovascular que en forma conjunta desarrollan el hospital Fiorito y la Asociación Cristiana de Jóvenes.

Novedosos Sombreros Playeros



LA TRADICIONAL PRENDA MASCULINA TAMBIEN SE HA RENDIDO AL GUSTO DE LA MUJER ACTUAL: EL SOMBRERO PANAMA O EL CLASICO CHAMBERGO, EN DISEÑOS ORIGINALES Y DIVERTIDOS COLORES.

El sombrero - prenda varonil y patriarcal - ha sido tomado y remozado por las mujeres. Los tres que se muestran pertenecen a la línea clásica del Panamá. Los colores preferidos son el amarillo, el fucsia y el negro.

¡Sencillos y coquetísimos! Los tres sombreros que exhiben las modelos fueron confeccionados con estera de Taiwan. Son livianos, fresquísimos y están de última moda. Los de colores rojo y azul tienen la mayor demanda.



Helena (a la izquierda), luce un típico Panamá de ala muy ancha, de tejido en forma de rombos calados. Teresa (a la derecha), un sombrero de ala chica con dibujo escocés. Mirta (abajo), un hermoso chambergo de ala chica con cinta gros al tono.

Dirección "Ely", Santa Fé 1239, Capital
Producción Graciela Zito



CORAZON DE RUBI

Yo sé decir te amo
pero no sé amar
¿Qué es lo que hice con
tu corazón de rubí?

He jugado al amor
no siquiera sabía
¿Qué es lo que hice con
tu corazón de rubí?

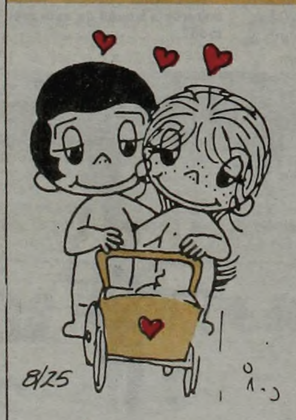
El vidrio está roto
el negocio cerrado
el raso desgarrado
el joyero pisoteado.

Yo quería tenerte
quería poseerte
Yo jugaba al amor
pero sólo hice trampa.

¿Qué es lo que hice con
tu corazón de rubí?
Ahora ya es muy tarde
lo he saqueado todo.

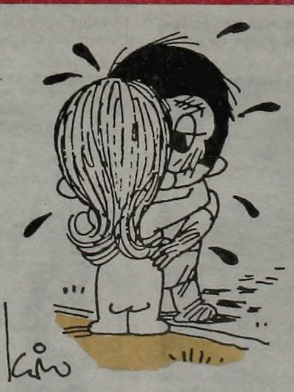
Tu corazón de rubí
no podría escamotearlo
No hay encubridor
para el amor robado.

amor es...



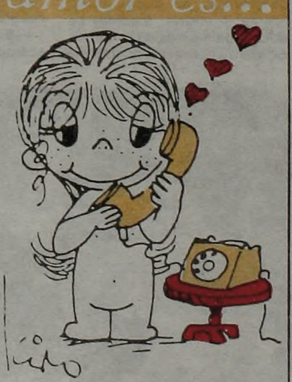
...PASEAR AL BEBÉ JUNTOS Y ORGULLOSOS.

amor es...



...UN BESO BARROSO DE MI FUTBOLISTA PREFERIDO.

amor es...



...CUANDO ME LLAMA DE LARGA DISTANCIA PARA DECIRME QUE ME QUIERE.

EL TIERNO Y PELIGROSO ROSTRO DEL AMOR

El tierno y peligroso
rostro del amor
se me apareció una noche.
después de un día muy largo.
Era quizá un arquero
con su arco
o bien un músico
con su arpa.
Yo no sé más.
Yo no sé nada.
Todo lo que yo sé
es que me ha herido
quizá con una flecha
quizá con una canción.
Todo lo que ha herido
herido en el corazón
y para siempre.
Ardiente, demasiada ardiente
herida del amor.

Jacques Prevert

Jacques Prevert, nacido en 1900 en París, Francia, fue un caso excepcional de poeta culto y popular. Su poesía fue hecha canción por Edith Piaf y muchos otros grandes; sus temas son profundos, candorosos, esplendentes y respetuosos de la frágil inconsistencia humana.